

**PENGELOLAAN EMOSI MENURUT MUSTAMIR PEDAK
DI GRIYA SEHAT SYAFA'AT 99 SEMARANG**



SKRIPSI

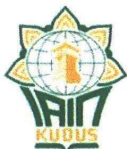
Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Strata 1 (S1)
Dalam Bidang Tasawuf dan Psikoterapi (TP)

Oleh :

Nurun Nikmah

NIM : 1830310003

**INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS USHULUDDIN
PROGRAM STUDI TASAWUF DAN PSIKOTERAPI
TAHUN 2022**



**KEMENTERIAN AGAMA RI
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS USHULUDDIN**

Jl. Conge Ngembal Rejo Kode Pos 51 Kudus 59322 Telepon (0291)
432677, Website : www.iainkudus.ac.id

PERSETUJUAN PEMBIMBING SKRIPSI

Yang bertanda di bawah ini menyatakan bahwa skripsi saudara:

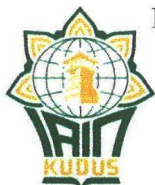
Nama : Nurun Nikmah
NIM : 1830310003
Fakultas : Ushuluddin
Program Studi : Tasawuf dan Psikoterapi
**Judul : Pengelolaan Emosi Menurut Mustamir Pedak di Griya
Sehat Syafa'at 99 Semarang**

Benar-benar telah melalui proses pembimbingan dengan pembimbing sejak tanggal **27 Mei 2022** sampai **16 Agustus 2022** dan disetujui untuk dapat melanjutkan ke proses munaqosyah.

Kudus, 16 Agustus 2022

Dosen Pembimbing

Rinova Cahyandari, M. Psi
NIP. 198811012019032012



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
INSTITUT AGAMA ISLAM NEGERI KUDUS
FAKULTAS USHULUDDIN**

Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi
Jalan Conge Ngembalrejo Kotak Pos 51 Kudus 59322
Telp. (0291) 432677 Faks 441613

PENGESEAHAN MUNAQOSYAH

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa skripsi saudara :

Nama : Nurun Nikmah
NIM : 1830310003
Fakultas/Prodi: Ushuluddin / Tasawuf dan Psikoterapi
Judul : “Pengelolaan Emosi Menurut Mustamir Pedak di Griya Sehat Syafa’at 99 Semarang”

Telah diujikan pada 26 Agustus 2022 dan dinyatakan LULUS dalam Ujian Majelis Munaqosyah Skripsi, sehingga dapat dilakukan Yudisium Sarjana.

NAMA	TANGGAL	TANDA TANGAN
<u>Dr. Ma'mun Mu'min, M.Ag., M.H.</u> NIP. 196805251998031001 Ketua Sidang/Penguji I	31 / 08 2022	
<u>Hj. Istianah, M.A.</u> NIP. 196910202005012002 Penguji II	30 / 08 2022	
<u>Zulham Qudsi Farizal Alam, M.A.</u> NID. 198109091016042016 Sekretaris Sidang/Penguji III	30 / 08 2022	
<u>Rinova Cahyandari, M.Psi.</u> NIP. 198811012019032012 Dosen Pembimbing	30 / 08 2022	
<u>Dr. H. Ahmad Atabik, Lc., M.S.I.</u> NIP. 197802252009121001 Dekan Fakultas Ushuluddin	01 / 07 2022	

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Dengan penuh kejujuran dan tanggung jawab, saya **Nurun Nikmah**, NIM **1830310003** menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini :

1. Seluruhnya merupakan karya saya sendiri dan belum pernah diterbitkan dalam bentuk dan untuk keperluan apapun dan
2. Tidak berisi material yang pernah ditulis orang lain kecuali informasi yang terdapat dalam referensi yang dijadikan rujukan dalam penulisan skripsi ini.

Saya bersedia menerima sanksi apabila dikemudian hari ditemukan ketidakbenaran pernyataan saya ini.

Kudus, 16 Agustus 2022

Yang menyatakan,



Nurun Nikmah

NIM. 1830310003

MOTTO

﴿ حَتَمَ اللَّهُ عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ وَعَلَىٰ سَمْعِهِمْ وَعَلَىٰ أَبْصَارِهِمْ غِشَاوَةٌ وَلَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ ﴾

Artinya : “Allah telah mengunci mata hati dan pendengaran mereka, dan penglihatan mereka ditutup. Dan bagi mereka siksa yang amat berat”.

(QS. Al-Baqarah (2) : 7)¹



¹ Al-Qur'an, Surat Al-Baqarah ayat 7, *Al-Qur'an dan Terjemah*, (Kudus : Menara Kudus, 2006), 3

PERSEMBAHAN

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah Robbil 'Alamiin, puji syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT., Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, karena atas kuasa dan kehendak-Nya penelitian skripsi ini bisa selesai. Dan tak lupa Sholawat serta salam saya ucapkan kepada junjungan Nabi Agung Muhammad SAW. karena cahaya kebenaran Allah SWT yang disampaikan kepada umat-Nya sebagai penerang atas segala bentuk kebodohan. Dengan segala kerendahan hati dan segenap rasa cinta dan sayang, skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua saya yang selalu menjadi tempat berteduhku dan sumber semangatku, beliau Ibu Marsini dan Bapak Selamat yang dengan sepenuh hati membesarkan, mendidik, memberi nasehat dan arahan, yang selalu mensupport dan senantiasa memanjatkan do'a di setiap sujud kepada Allah SWT pada pagi, siang dan malam hari.
2. Kakak saya satu-satunya yaitu Sri Wahyuni yang senantiasa mau mensupport, membantu dan mendo'akan saya.
3. Adik saya satu-satunya yaitu M. Syarof Hidayat yang selalu menjadi penyemangat dan membuat tertawa ditengah-tengah titik perjuangan menyelesaikan skripsi.
4. Dua orang hebat yang saya sayangi dan saya banggakan, yang menjadi orang tua kedua saya di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Ghurobaa', beliau Abah K.H. Mustamir Abdul Mu'in, A.H. dan Ummah Hj. Sholihah, A.H. yang senantiasa menjadi uswatun hasanah, memberikan nasehat dan arahan yang sangat luar biasa dan menyentuh ruhani saya, yang senantiasa saya harapkan barokah ilmu dan ridho dari keduanya.
5. Untuk hamba Allah yang tidak bisa saya sebut namanya, yang telah senantiasa mendukung, mensupport tanpa henti dan selalu mendo'akan di setiap sujudnya.
6. Dosen pembimbing skripsi saya, beliau Ibu Rinova Cahyandari, M. Psi., yang selalu meluangkan waktu ditengah kesibukan untuk membimbing dan mengarahkan saya dalam menyelesaikan skripsi ini dengan penuh kesabaran dan keikhlasan.
7. Keluarga besar Tasawuf dan Psikoterapi (TP) A angkatan 2018 yang saling mengingatkan, mendukung dan sebagai tempat berbagi pengalaman pahit manis selama masa kuliah hingga penyelesaian skripsi ini.
8. Partner terbaik dalam menghadapi dan melawan lika-liku perjalanan menyelesaikan skripsi yaitu Sulis Muthmainnah.

9. Keluarga besar Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Ghurobaa' yang selalu memberikan warna warni perjalanan hidup dan memberikan banyak ilmu yang bermanfaat di dunia dan di akhirat.
10. Sahabat-sahabat terbaik dan tersayang saya di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Ghurobaa' yang selalu menguatkan di saat saya lemah dan berada di titik terendah , yaitu Siti Nur Saidah, Ghina Ashlichah, Saadatul Ulya, Chusnul Khotimah, Inti Dhomatul Fi'liyah, Ulya Noor Rohmah, Minchatur Rohmah, Arina Faza Rifda, Siti Nur Fadhila dan masih banyak lagi yang tidak bisa saya sebut satu per satu.
11. Partner terbaik di Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Ghurobaa' yaitu Siti Alwafiatul Hidayah dan Lisanud Diana yang selalu memberikan motivasi, dorongan, arahan dan selalu mengingatkan ketika malas dalam proses mengerjakan skripsi serta selalu memberikan energi yang positif di tengah hancurnya mental.
12. Semua pihak yang telah membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.



PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Berdasarkan Surat Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia Nomor 158/1987 dan 0543/b/1987, pada tanggal 22 Januari 1988 maka pedoman transliterasi Arab Latin yang digunakan penulis dalam buku pedoman ini adalah sebagai berikut :

Konsonan Tunggal				Vokal			
ب	B/b	ش	<i>Sy/sy</i>	ل	<i>L/l</i>	ا	tanpa tanda
ت	T/t	ص	<i>Ṣ/s</i>	م	<i>M/m</i>	اَ..	<i>A/a</i>
ث	<i>Ṣ/s</i>	ض	<i>Ḍ/d</i>	ن	<i>N/n</i>	اِ..	<i>I/i</i>
ج	J/j	ط	<i>Ṭ/t</i>	و	<i>W/w</i>	اُ..	<i>U/u</i>
ح	<i>Ḥ/h</i>	ظ	<i>Ẓ/z</i>	هـ	<i>H/h</i>	<i>Mādd</i>	
خ	KH/kh	ع	<i>‘A’/a</i>	ء	<i>A’/a’</i>	بَا	<i>Bā</i>
د	D/d	ع	<i>A’/a’</i>	ء	<i>A/a</i>	بِي	<i>Bī</i>
ذ	<i>Ẓ/z</i>	غ	<i>G/g</i>	ي	<i>Y/y</i>	بُو	<i>Bū</i>
ر	R/r	ف	<i>F/f</i>	<i>Tasydīd</i>		<i>Yā’ nisbah</i>	
ز	Z/z	ق	<i>Q/q</i>	أَب	<i>Abb</i>	فَلَكِي	<i>Falakiy</i>
س	S/s	ك	<i>K/k</i>	رَب	<i>Rabb</i>	عَالَمِي	<i>‘ālamīy</i>
‘Ain/Hamzah di Belakang		‘Ain/Hamzah di-waqf				Vokal Rangkap	
قَرَعَ	<i>qara’a</i>	الْفُرُوعُ	<i>al-furū’</i>	الْقَمَرُ	<i>al-qamar</i>	عَيْرِي	<i>gairī</i>
قَرَأَ	<i>qara’a</i>	الْقَضَاءُ	<i>al-qaḍā’</i>	السَّمْسُ	<i>al-syams</i>	سَيِّئُ	<i>syai’un</i>
Kata Majemuk dirangkai		Kata Majemuk dipisah		<i>Tā’ Marbūthah</i>			
جَمَلُ الدِّينِ	<i>Jamāluddīn</i>	جَمَلُ الدِّينِ	<i>Jamāl al-dīn</i>	سَاعَةٌ	<i>sā’ah</i>		

KATA PENGANTAR

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Alhamdulillah Robbil 'Alamiin, segala puji bagi Allah SWT yang telah melimpahkan ragmat, taufiq, hidayah serta inayah-Nya, sehingga atas kehendak dan ridho-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Shalawat dan salam semoga tetap tercurahkan kepada Baginda Nabi Muhammad SAW, para keluarga, sahabat dan semua umatnya yang telah membawa kita dari kegelapan dan kebodohan menuju cahaya yang terang dan ilmu yang bermanfaat di dunia dan akhirat.

Penulisan skripsi yang berjudul **“Pengelolaan Emosi Menurut Mustamir Pedak di Griya Sehat Syafa’at (GRISS) 99 Semarang”** ini telah disusun dengan sungguh-sungguh dan penuh tanggung jawab untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar sarjana strata 1 (satu) dalam Progam Studi Tasawuf dan Psikoterapi, Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus.

Atas kehendak Allah SWT., dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis berupaya keras dan banyak yang berkenan memberikan bantuan, bimbingan, dan arahan kepada penulis mulai dari pengajuan judul, proposal, penelitian lapangan, hingga selesainya penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih dan menyampaikan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Abdurrohman Kasdi, Lc., M.Si. selaku Rektor Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus yang sudah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di IAIN Kudus.
2. Bapak Dr. H. Ahmad Atabik, Lc., M.S.I selaku Dekan Fakultas Ushuluddin Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus yang telah memberikan kesempatan kepada penulis hingga bisa menyelesaikan tugas akhir ini.
3. Ibu Salmah Fa’atin, M.Ag. selaku Ketua Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi Institut Agama Islam Negeri (IAIN) Kudus yang telah memberikan arahan dan saran kepada penulis.
4. Ibu Rinova Cagyandari, M.Psi. selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikiran dalam membimbing, mengarahkan dan memberi saran kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.
5. Sgenap dosen dan staf pengajar di Fakultas Ushuluddin Khususnya Program Studi Tasawuf dan Psikoterapi yang telah membekali berbagai macam khazanah keilmuan dan motivasi belajar di dalam maupun diluar bangku perkuliahan.

6. Bapak H. Nur Said, S.Ag., MA., M.Ag., selaku Kepala Unit Perpustakaan IAIN Kudus beserta karyawan yang telah memberikan pelayanan selama saya belajar dan menyelesaikan skripsi.
7. Kedua orang tua saya telah membesarkan, mendidik, mencurahkan segenap jiwa dan raga serta kasih sayang dan perhatiannya sampai saat ini dan segenap keluarga tercinta yang selalu mendukung dan memberikan motivasi.
8. Abah K. H. Mustamir Abdul Mu'in, A. H. dan Ummah Hj. Sholihah, A. H., selaku pengasuh Pondok Pesantren Tahfidz Putri Al-Ghurobaa' Tumpang Krasak Jati Kudus.
9. Keluarga besar Klinik Griya Sehat Syafa'at (GRISS) 99 Semarang, khususnya kepada bapak Mustamir, S. Ked, MCH, CHT yang telah bersedia meluangkan waktu dan tenaganya untuk membimbing dan mengarahkan penulis, serta memberikan do'a dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Seluruh teman-teman Prodi Tasawuf dan Psikoterapi, terkhusus TP angkatan 2018 yang telah memberikan banyak warna selama menempuh studi di IAIN Kudus.
11. Semua pihak yang terlibat dan membantu dalam menyelesaikan skripsi ini yang tidak bisa peneliti sebutkan satu persatu.

Semoga amal baik berupa jasa, bantuan, arahan dan bimbingan yang telah beliau-beliu berikan, penulis hanya bisa mengucapkan terimakasih dan hanya bisa membalas dengan memanjatkan do'a semoga Allah SWT membalas semua amal kebaikan mereka dengan sebaik-baik pembalasan, serta mencurahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada mereka baik di dunia maupun di akhirat kelak.

Akhirnya penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun selalu penulis nantikan agar peneliti kedepannya bisa membuat karya tulis ilmiah yang lebih baik lagi. Peneliti berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi seluruh pembaca. Aamiiin.

Kudus, 16 Agustus 2022

Peneliti